

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Usaha *laundry* adalah salah satu jenis usaha informal yang saat ini telah berkembang pesat di masyarakat. Pekerja *laundry* umumnya melakukan kegiatan mendorong, menarik, melipat, mengangkat dan mengangkut barang. Hal ini dapat menyebabkan keluhan muskuloskeletal yang secara umum mengeluh di bagian bahu (73%), dan betis (56%), pinggang (53%) (Tampubolon,2014).

Berdasarkan survei awal pekerja *laundry* yang rata-rata adalah pekerja wanita, bekerja dari hari Senin hingga Sabtu. Jumlah rata-rata kerja 8-12 jam dan waktu istirahat biasanya 30 menit hingga 1 jam. Banyaknya pakaian yang datang setiap hari berkisar 20 kg sampai lebih dari 60 kg menyebabkan aktifitas yang paling lama adalah menyetrika. Pekerja dapat menyetrika 5 sampai 9 jam perhari dengan menangani rata-rata 20 kg hingga 40 kg pakaian per orang. Memasukkan pakaian ke dalam mesin cuci, menjemur pakaian, menyetrika dan membungkus pakaian adalah pekerjaan yang banyak menggunakan otot bagian atas. Inilah yang menyebabkan faktor resiko terjadinya nyeri leher, bahu, lengan, dan punggung pada para pekerja *laundry*.

Berdasarkan hasil kuesioner dari 40 pekerja *laundry* 38 orang diantaranya mengeluhkan nyeri otot seperti pegal-pegal pada umumnya. Pekerja mengeluhkan

nyeri bahu (72,5%), leher (22,5%), punggung bawah (20%). Oleh sebab itu, peneliti akan membahas lebih lanjut tentang nyeri bahu.

Nyeri bahu adalah keluhan yang disebabkan oleh nyeri lokal atau nyeri saat menggerakkan lengan. Nyeri bahu ini termasuk *Musculoskeletal disorders* yaitu keluhan pada bagian otot-otot skeletal yang dirasakan seseorang mulai dari nyeri ringan hingga berat. Keluhan ini didapat karena otot menerima beban statis secara berulang dan dalam waktu yang lama maka dapat menyebabkan kerusakan pada otot, saraf, tendon, persendian, kartilago dan *discus intervetebrata* (Tarwaka, 2004).

Untuk menangani *musculoskeletal disorders* dapat dilakukan dengan berbagai cara antara lain pengobatan herbal/nabawi seperti bekam, juga pengobatan fisioterapi seperti manual terapi yang saat ini telah berkembang di masyarakat karena tingkat efek samping yang rendah atau bahkan tidak ada.. Oleh karena itu peneliti tertarik menggabungkan pengobatan herbal/nabawi yang dianjurkan agama yaitu bekam dengan pengobatan manual fisioterapi yaitu *Muscle Energy Technique*.

Pengobatan herbal/nabawi bekam menurut bahasa adalah menghisap, sedangkan menurut istilah bekam adalah suatu metode pengobatan dengan menggunakan tabung atau gelas yang ditelungkupkan pada permukaan kulit agar menimbulkan bendungan lokal (Umar, 2008). Bekam dibagi menjadi 2 yaitu, bekam kering dan bekam basah. Bekam kering adalah bekam yang dilakukan dengan cara menghisap permukaan kulit tetapi tidak diambil darahnya. Sedangkan bekam basah setelah penghisapan akan dilakukan penyayatan kulit dan diambil darahnya (Umar, 2008).

Pengobatan fisioterapi dengan menggunakan *Muscle Energy Technique* (MET) adalah suatu metode penguluran/*stretching* yang biasa dilakukan pada otot-otot postural yang ditujukan untuk memanjangkan otot yang mengalami pemendekan atau menurunnya elastisitas dan fleksibilitas otot baik karena faktor patologis (trauma, infeksi, dsb) maupun fisiologis (Wiranti, 2013). Kontraksi isometrik adalah kontraksi otot melawan kekuatan penyeimbang sehingga tidak terjadi gerakan. Dua bentuk isometrik MET adalah *Post Isometric Relaxation* (PIR) dan *Reciprocal Inhibition* (RI) (Chaitow, 2006).

Berdasarkan gambaran di atas peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui dan melihat pengaruh bekam dan Muscle Energy Technique (MET) terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*.

## **B. Rumusan Masalah**

- a. Apakah ada pengaruh bekam terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*?
- b. Apakah ada pengaruh MET terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*?
- c. Apakah ada beda pengaruh bekam dan MET terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan umum :

Mengetahui beda pengaruh antara terapi bekam dan muscle energy technique terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*

Tujuan khusus :

1. Mengetahui pengaruh terapi bekam terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*
2. Mengetahui pengaruh MET terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*
3. Menganalisa perbedaan pengaruh terapi bekam dan muscle energy technique terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Teoritis :

Manfaat penelitian secara teoritis diharapkan sebagai pembuktian secara ilmiah tentang beda pengaruh antara terapi bekam dan Muscle Energy Technique terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*

##### 2. Praktis :

- a. Memberikan pengetahuan kepada masyarakat agar mengetahui efek terapi bekam dan *Muscle Energy Technique* terhadap penurunan nyeri bahu pada pekerja *laundry*
- b. Diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan terapi bekam dan atau *Muscle Energy Technique* dalam pengobatan nyeri bahu pada pekerja *laundry*.